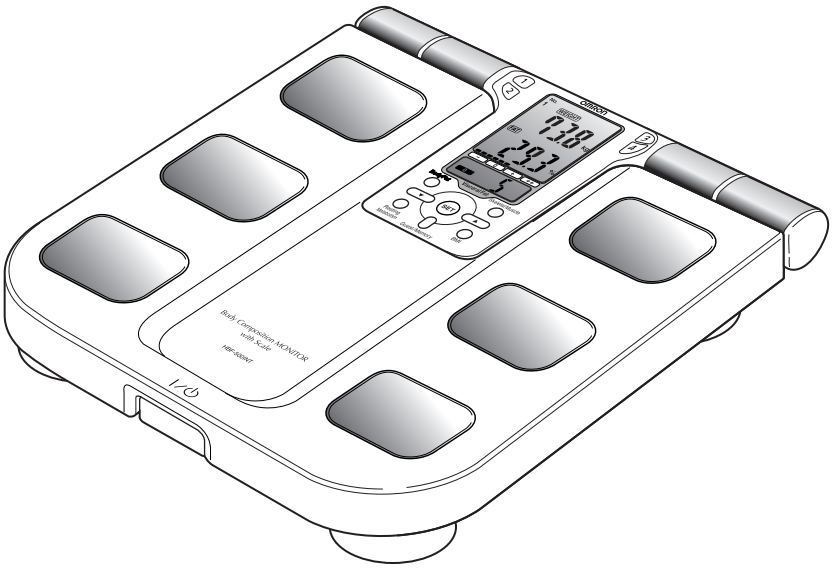
OMRON

Manual de Instrucciones

MONITOR de composición corporal con balanza

Modelo **HBF-500INT**



A Good Sense of Health

ÍNDICE

Antes de usar el monitor

Introducción 3
Información de seguridad 4
Información útil 6
Índice de grasa corporal y peso ideal 6
Grasa corporal 7
Grasa visceral 8
Metabolismo en reposo y músculo esquelético 9
Planificación a largo plazo para una pérdida de peso exitosa 11
Principio del cálculo de la composición corporal 12
Horarios recomendados para la medición 13

Instrucciones de funcionamiento

Conozca su unidad 15
Colocación de las pilas 18
Configuración de la fecha y hora 20
Establecimiento de los datos personales 22
Cambio de los datos personales 24
Cómo tomar una medición 26
Cómo medir el peso solamente 32
Uso de la función Memoria 33

Cuidado y mantenimiento

Indicadores de error 37
Sugerencias para la solución de problemas 38
Cuidado y mantenimiento 39
Declaración de la FCC 40
Garantía 41
Especificaciones 42
Notas 43

INTRODUCCIÓN

Gracias por adquirir el MONITOR HBF-500 INT OMRON® de composición vertical con balanza.

Complete lo siguiente para referencia futura.
FECHA DE COMPRA: _____
NUMERO DE SERIE: _____

Abroche aquí su recibo de compra

El MONITOR de composición corporal con balanza es fácil de usar. El monitor muestra el valor calculado del porcentaje de grasa corporal, porcentaje de músculo esquelético, metabolismo en reposo, índice de grasa corporal (IMC) y nivel de grasa visceral utilizando el Método de Impedancia Bioeléctrica (IB). Se establecen los datos personales con un número personal. Presione el botón de encendido, seleccione su número de perfil personal y párese en la plataforma de medición. La función de memoria personal se puede usar para guardar datos de hasta cuatro perfiles personales. La función de memoria almacena los resultados de la medición para cada perfil personal de 1 día, 7 días, 30 días y 90 días atrás.

El monitor HBF-500INT incluye los siguientes componentes:

- Unidad principal
- Manual de instrucciones
- 4 pilas “AA”

⚠ ADVERTENCIA

Este monitor no puede ser utilizado por personas que tengan un marcapasos u otros dispositivos médicos implantados.

El MONITOR de composición corporal con balanza hace pasar una corriente eléctrica muy débil de 50kHz y menos de 500 μA a través del cuerpo, a fin de medir la cantidad de tejido graso al tomar una medición. Esta corriente eléctrica débil no se siente mientras se usa el monitor. No debe usar este monitor si se le ha colocado un marcapasos u otro dispositivo médico, ni debe permitir que otra persona que tenga implantado un dispositivo de esta clase lo use.

⚠ PRECAUCIÓN

Lea toda la información del manual de instrucciones y cualquier otro material impreso incluido en la caja antes de usar la unidad.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

Para garantizar el uso correcto del producto, siempre se deben aplicar las medidas de seguridad básicas, incluyendo las advertencias y precauciones que se enumeran en este manual de instrucciones.

SÍMBOLOS DE SEGURIDAD QUE SE UTILIZAN EN ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES	
⚠ **ADVERTENCIA**	Indica una situación potencialmente peligrosa que, si no se la evita, puede provocar la muerte o lesiones graves.
⚠ **PRECAUCIÓN**	Indica una situación potencialmente peligrosa que, si no se la evita, puede provocar lesiones leves o moderadas al usuario o al paciente o daños al equipo u otros bienes.

OPERACIÓN DEL DISPOSITIVO

⚠ Este monitor no puede ser utilizado por personas que tengan un marcapasos u otros dispositivos médicos implantados. El MONITOR de composición corporal con balanza hace pasar una corriente eléctrica muy débil de 50kHz y menos de 500 µA a través del cuerpo, a fin de medir la cantidad de tejido graso al tomar una medición. Esta corriente eléctrica débil no se siente mientras se usa el monitor. No debe usar este monitor si se le ha colocado un marcapasos u otro dispositivo médico, ni debe permitir que otra persona que tenga implantado un dispositivo de esta clase lo use.

⚠ Póngase en contacto con su médico o proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar un programa de reducción de peso o ejercicios.

⚠ Guarde el monitor fuera del alcance de los niños. El cable se puede enredar y provocar estrangulamiento.

⚠ Consulte a su médico antes de usar este monitor si se encuentra embarazada.

⚠ Las personas discapacitadas o físicamente frágiles deben recibir ayuda de otra persona para usar este monitor o usar una baranda, un caminador u otro dispositivo de apoyo para evitar caerse al subir y bajar del monitor.

⚠ Lea toda la información del manual de instrucciones y cualquier otro material impreso incluido en la caja antes de usar la unidad.

⚠ No use teléfonos celulares, hornos de microondas y otros dispositivos que generen campos eléctricos o electromagnéticos potentes cerca del monitor. Esto puede provocar fallas en el funcionamiento.

⚠ No se pare en el borde o en el área de visualización de la plataforma de medición. El monitor se puede torcer. La pantalla de la unidad se puede dañar.

⚠ No se pare sobre la plataforma de medición si su cuerpo o sus pies están mojados, por ejemplo después de darse un baño o una ducha. Puede resbalarse y perder el equilibrio.

⚠ No coloque el monitor sobre una superficie acolchada como, por ejemplo, una alfombra o esterilla. Es posible que no se pueda lograr una medición correcta.

⚠ No use la unidad sobre superficies resbaladizas, como pisos de cerámica o pisos mojados. El monitor se puede mover. Puede perder el equilibrio y caerse.

⚠ No salte sobre la plataforma de medición. Puede perder el equilibrio y caerse. El monitor se puede dañar.

⚠ Párese descalzo en la plataforma de medición. Si intenta subirse en la plataforma de medición con las medias puestas, es posible que se resbale y pierda el equilibrio.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

OPERACIÓN DEL DISPOSITIVO (continuación)

⚠ En caso de derrame del fluido de las pilas y que entre en contacto con los ojos, la piel o la ropa, enjuague de inmediato con abundante agua limpia. En caso de que éste entre en contacto con los ojos, póngase en contacto de inmediato con su médico. (o la piel, pero no la ropa.)

⚠ Respete los reglamentos locales aplicables al desechar el dispositivo, las pilas, los componentes y los accesorios opcionales. La eliminación ilegal puede provocar contaminación ambiental.

⚠ Opere la unidad sólo para el uso para el cual está destinada. No la use para ningún otro propósito.

⚠ Esta unidad es sólo para uso doméstico. No está diseñada para uso profesional en hospitales u otras instituciones médicas. Esta unidad no cumple con las normas exigidas para el uso profesional.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

⚠ No desarme ni trate de modificar la unidad. Los cambios o las modificaciones que no hayan sido aprobados por Omron Healthcare anularán la garantía del usuario.

⚠ No someta al monitor a golpes fuertes, como, por ejemplo, dejar caer la unidad al suelo.

⚠ No sumerja el dispositivo ni ninguno de sus componentes en agua.

INFORMACIÓN ÚTIL

⚠ ADVERTENCIA

Póngase en contacto con su médico o proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar un programa de reducción de peso o de ejercicios.

ÍNDICE DE GRASA CORPORAL Y PESO IDEAL

Todas las personas se preocupan con respecto a su peso. Pero, ¿cuál es la base para determinar el peso ideal? La clave es el índice de grasa corporal.

Cómo calcular el IMC

IMC es la abreviatura de índice de grasa corporal. Este índice utiliza la fórmula simple que aparece a continuación para indicar la proporción entre el peso y la altura de una persona.

IMC = peso (kg) / altura (m) / altura (m)

El monitor OMRON HBF-500INT usa la información de altura que se guarda en su número de perfil personal para calcular la clasificación de IMC.

Interpretación del resultado del IMC

IMC	IMC (Designación de la OMS)	Barra de clasificación IMC (– 0 + ++)	Clasificación IMC
Menos de 18,5	- (Peso insuficiente)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 o más, y menos de 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 o más, y menos de 30	+ (Sobrepeso)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 o más	++ (Obeso)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

Los índices anteriores se refieren a los valores de determinación de la obesidad propuestos por la OMS, la Organización Mundial de la Salud.

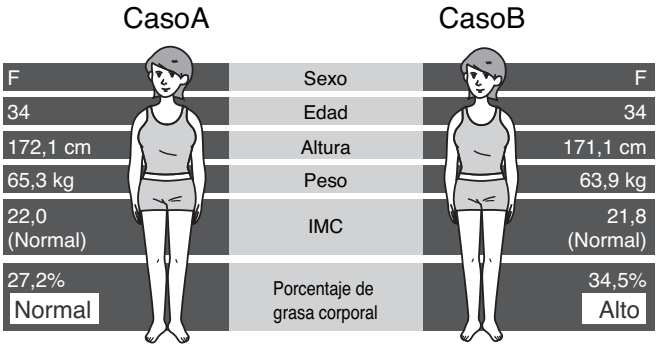
INFORMACIÓN ÚTIL

GRASA CORPORAL

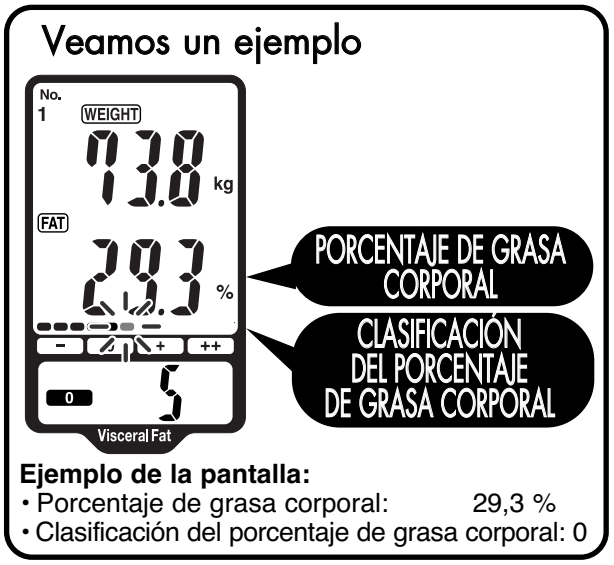
Grasa oculta no revelada por el IMC

Aunque el IMC calcula un nivel de obesidad simple, también hay grasa oculta que no se revela a través de una designación de IMC. Aunque ambos casos se aplican para personas de peso y altura similar, y su designación de IMC es normal, el porcentaje de grasa corporal para el caso B es alto.
Es decir, aunque el caso B tiene un peso corporal normal, el nivel de grasa real es alto, lo que revela la "grasa oculta". Esta grasa oculta puede causar un aumento de la susceptibilidad a sufrir enfermedades comunes, aunque la designación de IMC sea normal.

Ejemplos de grasa oculta



La clasificación del porcentaje de grasa corporal es distinta para hombres y mujeres



Ejemplo de la pantalla:
- Porcentaje de grasa corporal: 29,3 %
- Clasificación del porcentaje de grasa corporal: 0

Cuando la mayoría de las personas piensan en la grasa corporal, tienen una imagen negativa de ella. Sin embargo, la grasa corporal desempeña un papel fundamental para guardar energía, proteger los órganos internos, etc. Aunque es poco sano tener demasiada grasa corporal, la escasez de grasa corporal también puede ser poco recomendable.
La distribución de la grasa corporal en hombres y mujeres es distinta, de modo que la base para clasificar el porcentaje de grasa corporal para los hombres es distinta que para las mujeres.

Interpretación del resultado del porcentaje de grasa corporal

Sexo	Edad	Bajo (–)	Normal (0)	Alto (+)	Muy alto (++)
Femenino	20-39	< 21,0	21,0 - 32,9	33,0 - 38,9	≧ 39,0
	40-59	< 23,0	23,0 - 33,9	34,0 - 39,9	≧ 40,0
	60-79	< 24,0	24,0 - 35,9	36,0 - 41,9	≧ 42,0
Masculino	20-39	< 8,0	8,0 - 19,9	20,0 - 24,9	≧ 25,0
	40-59	< 11,0	11,0 - 21,9	22,0 - 27,9	≧ 28,0
	60-79	< 13,0	13,0 - 24,9	25,0 - 29,9	≧ 30,0

Basado en las pautas sobre el IMC de NIH/OMS
Basado en Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

INFORMACIÓN ÚTIL

GRASA VISCERAL

La grasa corporal se clasifica como grasa subcutánea o grasa visceral, según el lugar del organismo donde esté ubicada.

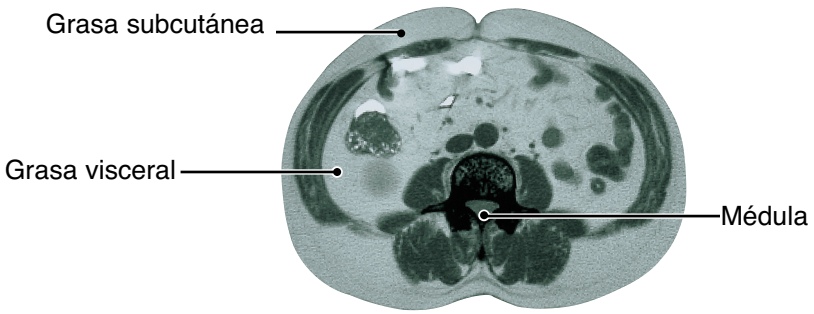
Grasa visceral = grasa que rodea los órganos internos

Se considera que el exceso de grasa visceral está estrechamente vinculado con el aumento de los niveles de grasa en el flujo sanguíneo, lo que puede provocar condiciones comunes como, por ejemplo, colesterol alto, enfermedades cardiovasculares y diabetes. Para prevenir o mejorar las condiciones provocadas por estas enfermedades comunes, es importante intentar reducir los niveles de grasa visceral a un nivel aceptable.

Grasa subcutánea = grasa debajo de la piel

La grasa subcutánea no sólo se acumula alrededor del estómago sino también alrededor de la parte superior de los brazos, caderas y muslos, y puede causar una distorsión en las proporciones corporales. Aunque no está directamente relacionada con el aumento del riesgo de sufrir enfermedades, se cree que aumenta la presión en el corazón y puede estar asociada con otras complicaciones. La grasa subcutánea no se visualiza por separado en esta unidad, sino que se incluye en el porcentaje de grasa corporal.

Corte transversal a nivel del ombligo con resonancia magnética



Veamos un ejemplo

Ejemplo de la pantalla:

- Clasificación de la grasa visceral: 0
- Grasa visceral: 5

Interpretación del resultado del nivel de grasa visceral

Nivel de grasa visceral <9	Nivel de grasa visceral≧ 10
0 (Normal)	+ (Alto)

Distribución del área de grasa visceral (0 - Aprox. 300 cm², 1 pulgada=2,54 cm) con 30 niveles.
Clasificación del nivel
0: Nivel 1 - 9
+: Nivel 10 - 30
* Los datos consultados por Omron Healthcare.

INFORMACIÓN ÚTIL

METABOLISMO EN REPOSO Y MÚSCULO ESQUELÉTICO

El músculo esquelético es el músculo que está adherido al hueso y que se usa para mover las partes del cuerpo. El mantenimiento y el aumento de este músculo esquelético está estrechamente vinculado al metabolismo en reposo.

¿Qué es metabolismo en reposo?

Independientemente del nivel de actividad, se requiere una cantidad mínima de energía para mantener las funciones diarias del organismo. El metabolismo en reposo, que es la cantidad de calorías que se necesitan para suministrar al cuerpo el nivel mínimo de energía, es diferente para cada persona según variables como, por ejemplo, edad, peso, composición corporal y gasto de energía.

Veamos un ejemplo

Ejemplo de la pantalla:
• Metabolismo en reposo: 1186 kcal

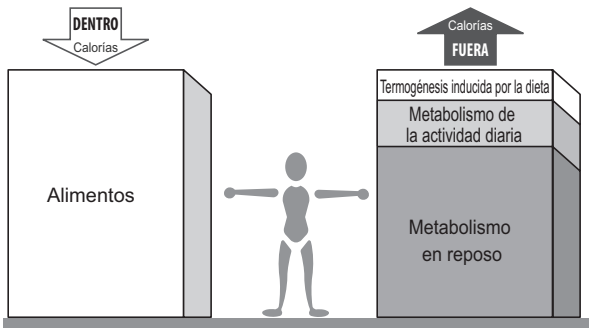
Ejemplo de la pantalla:
• Porcentaje de músculo esquelético: 28,1%

El 60-70% del uso de energía diaria se dedica al metabolismo en reposo

La cantidad total de energía que gasta el cuerpo en un día típico es la siguiente.

Metabolismo en reposo	Energía requerida para mantener las funciones vitales.
Metabolismo de la actividad diaria	Energía que se usa para las actividades diarias, como viajar hacia el trabajo, realizar tareas domésticas, pasatiempos, etc.
Termogénesis inducida por la dieta	Energía que se emite después de una comida.

El porcentaje es de 60%-70% para el metabolismo en reposo, 20%-30% para la actividad diaria y 10% para la termogénesis inducida por la dieta. Esto significa que el metabolismo en reposo es el responsable de la mayoría del consumo de energía diaria.
Si la ingesta diaria de alimentos excede la cantidad de energía requerida para estas actividades, la energía adicional se almacena en forma de grasa.



INFORMACIÓN ÚTIL

¿Qué es músculo esquelético?

Hay dos tipos de músculos, el músculo de los órganos internos, como el corazón, y el músculo adherido a los huesos que se utiliza para mover el cuerpo. El músculo esquelético se puede aumentar a través del ejercicio y otras actividades.

El metabolismo en reposo se reduce a medida que envejecemos

El nivel del metabolismo en reposo alcanza su pico en los últimos años de la adolescencia y luego se reduce gradualmente con los años. Esto lleva a una reducción de las funciones del organismo a medida que envejecemos y, en particular, es una de las causas principales de la reducción muscular a medida que envejecemos.

Incluso cuando no se los utiliza para mover partes del cuerpo, los músculos queman energía durante todo el día para generar calor corporal, que forma parte del metabolismo en reposo. A medida que la cantidad de masa muscular disminuye, también disminuye la cantidad de energía que se consume. Si las personas continúan ingiriendo la misma cantidad de alimentos que cuando eran más jóvenes, desarrollan aumento de peso en la edad madura.

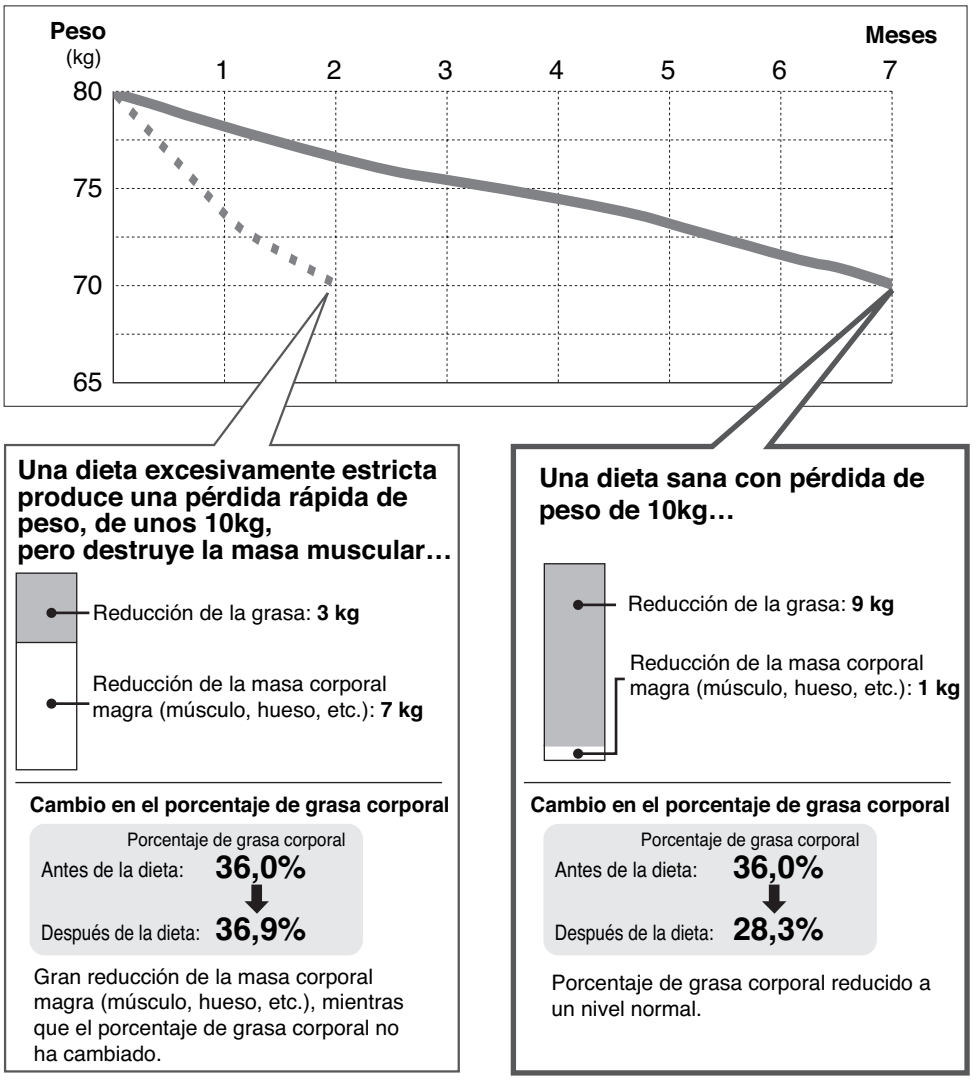
Para evitar esto, es importante conocer su metabolismo en reposo y mantener los músculos a través del ejercicio.

INFORMACIÓN ÚTIL

PLANIFICACIÓN A LARGO PLAZO PARA UNA PÉRDIDA DE PESO EXITOSA

No seguir una dieta balanceada y simplemente reducir la ingesta de alimentos para bajar de peso puede llevar a una declinación muscular y ósea. Esto puede dar como resultado la pérdida de peso pero no la reducción de los niveles de grasa. De modo que, aunque siga bajando de peso, el metabolismo en reposo se ve reducido, aumentando la propensión del cuerpo a acumular grasa.

Ejemplo en el que se compara la misma pérdida de 10 kg:


Peso
(kg)
80
75
70
65
1
2
3
4
5
6
7
Meses
Una dieta excesivamente estricta produce una pérdida rápida de peso, de unos 10kg, pero destruye la masa muscular…
Reducción de la grasa: 3 kg
Reducción de la masa corporal magra (músculo, hueso, etc.): 7 kg
Cambio en el porcentaje de grasa corporal
Porcentaje de grasa corporal
Antes de la dieta: 36,0%
Después de la dieta: 36,9%
Gran reducción de la masa corporal magra (músculo, hueso, etc.), mientras que el porcentaje de grasa corporal no ha cambiado.
Una dieta sana con pérdida de peso de 10kg…
Reducción de la grasa: 9 kg
Reducción de la masa corporal magra (músculo, hueso, etc.): 1 kg
Cambio en el porcentaje de grasa corporal
Porcentaje de grasa corporal
Antes de la dieta: 36,0%
Después de la dieta: 28,3%
Porcentaje de grasa corporal reducido a un nivel normal.

*Éste es un caso extremo del efecto.

Las dietas reiteradas y la recuperación del peso generan un aumento de los niveles de grasa visceral

Es fácil recuperar el peso después de una dieta estricta y de tipo “relámpago”. Este aumento de peso tiende a aparecer como grasa visceral y no como grasa subcutánea. Se cree que el aumento de los niveles de grasa visceral aumentan la probabilidad de sufrir enfermedades comunes. Las dietas reiteradas y el aumento de peso subsiguiente pueden provocar un aumento de los niveles de grasa visceral.

INFORMACIÓN ÚTIL

PRINCIPIO DE CÁLCULO DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL

¿Qué es el método de impedancia bioeléctrica?

El monitor HBF-500INT calcula el porcentaje de grasa corporal aplicando el método de impedancia bioeléctrica (IB).
Los músculos, los vasos sanguíneos y los huesos son tejidos corporales con un alto contenido de agua, lo que hace que conduzcan la electricidad fácilmente. El tejido graso, por otro lado, tiene escasa conductividad eléctrica. El monitor HBF-500INT hace pasar una corriente eléctrica muy débil de 50kHz y menos de 500 μA a través del cuerpo, a fin de determinar la cantidad de cada tejido. Esta corriente eléctrica débil no se siente mientras se usa el monitor HBF-500INT.

Cómo calcular la composición corporal

Los siguientes métodos han sido los métodos establecidos para una evaluación exacta de la composición corporal.

Porcentaje de grasa corporal: Éste se basa en el método DXA (absorciometría dual de rayos X), que utiliza dos haces de rayos X distintos para hacer una evaluación cuantitativa de la cantidad de grasa en el organismo.

Metabolismo en reposo: Éste se basa en el análisis de exhalación, en el que se analiza la composición del aire exhalado. Esto hace posible calcular el metabolismo en reposo midiendo el consumo de oxígeno en el aire exhalado.

Nivel de grasa visceral: Éste se basa en el análisis de imágenes de resonancia magnética, que utiliza la resonancia magnética nuclear para tomar imágenes no intrusivas del organismo. Esto hace posible calcular el área de grasa visceral en un corte transversal del abdomen.

Porcentaje de músculo esquelético: Éste se basa en el análisis de imágenes de resonancia magnética, que utiliza la resonancia magnética nuclear para tomar imágenes no intrusivas del organismo. Esto hace posible calcular la cantidad de músculo esquelético en el organismo.

Omron ha desarrollado una fórmula que aplica los métodos anteriores. La composición corporal se calcula mediante una fórmula que incluye cinco factores: resistencia eléctrica, altura, peso, edad y sexo.

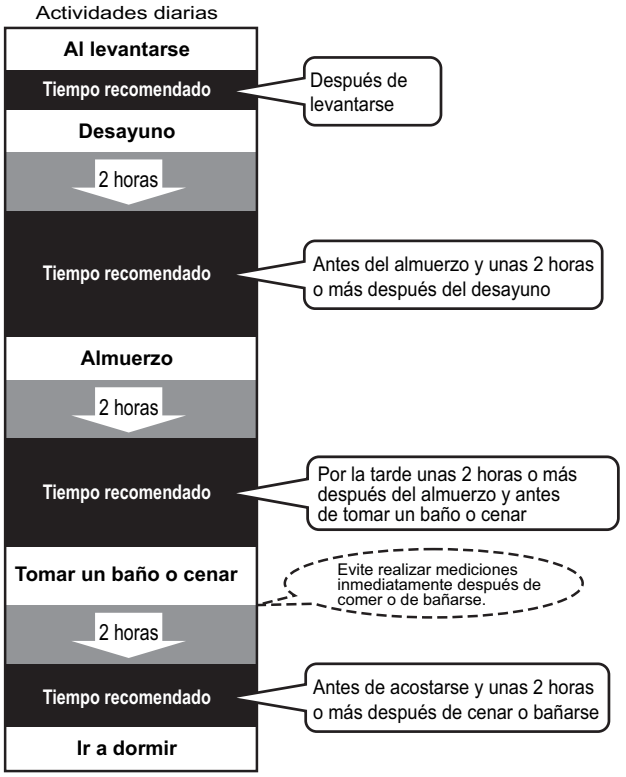
Mide todo el cuerpo para evitar la influencia de fluctuaciones

Los porcentajes de agua en la parte superior y la parte inferior del cuerpo pueden cambiar durante el día. Esto significa que la impedancia eléctrica del cuerpo también varía. Dado que el HBF-500INT utiliza electrodos para tomar mediciones de las manos y los pies, puede reducir la influencia del movimiento del agua en los resultados de la medición.

INFORMACIÓN ÚTIL

HORARIOS RECOMENDADOS PARA LA MEDICIÓN

Comprender los cambios normales en el porcentaje de grasa corporal puede ayudar a prevenir o reducir la obesidad. Al conocer los horarios en que los porcentajes de grasa corporal cambian durante el día, podrá obtener una evaluación correcta de las tendencias seguidas por su grasa corporal. Se recomienda hacer uso de la unidad en el mismo lugar y las mismas circunstancias todos los días. Consulte el cuadro que aparece a continuación:


Actividades diarias
Al levantarse
Tiempo recomendado
Después de levantarse
Desayuno
2 horas
Tiempo recomendado
Antes del almuerzo y unas 2 horas o más después del desayuno
Almuerzo
2 horas
Tiempo recomendado
Por la tarde unas 2 horas o más después del almuerzo y antes de tomar un baño o cenar
Tomar un baño o cenar
Evite realizar mediciones inmediatamente después de comer o de bañarse.
2 horas
Tiempo recomendado
Antes de acostarse y unas 2 horas o más después de cenar o bañarse
Ir a dormir

Evite tomar mediciones en las siguientes condiciones

Si se hace una medición en las siguientes condiciones físicas, la composición corporal calculada puede ser significativamente diferente de la real debido a que el contenido de agua en el organismo está cambiando:

Inmediatamente después de hacer ejercicio físico vigoroso, inmediatamente después de un baño o sauna, después de beber alcohol o una gran cantidad de agua o después de una comida (1 a 2 horas).

INFORMACIÓN ÚTIL

Motivos por los cuales los resultados calculados pueden ser diferentes del verdadero porcentaje de grasa corporal

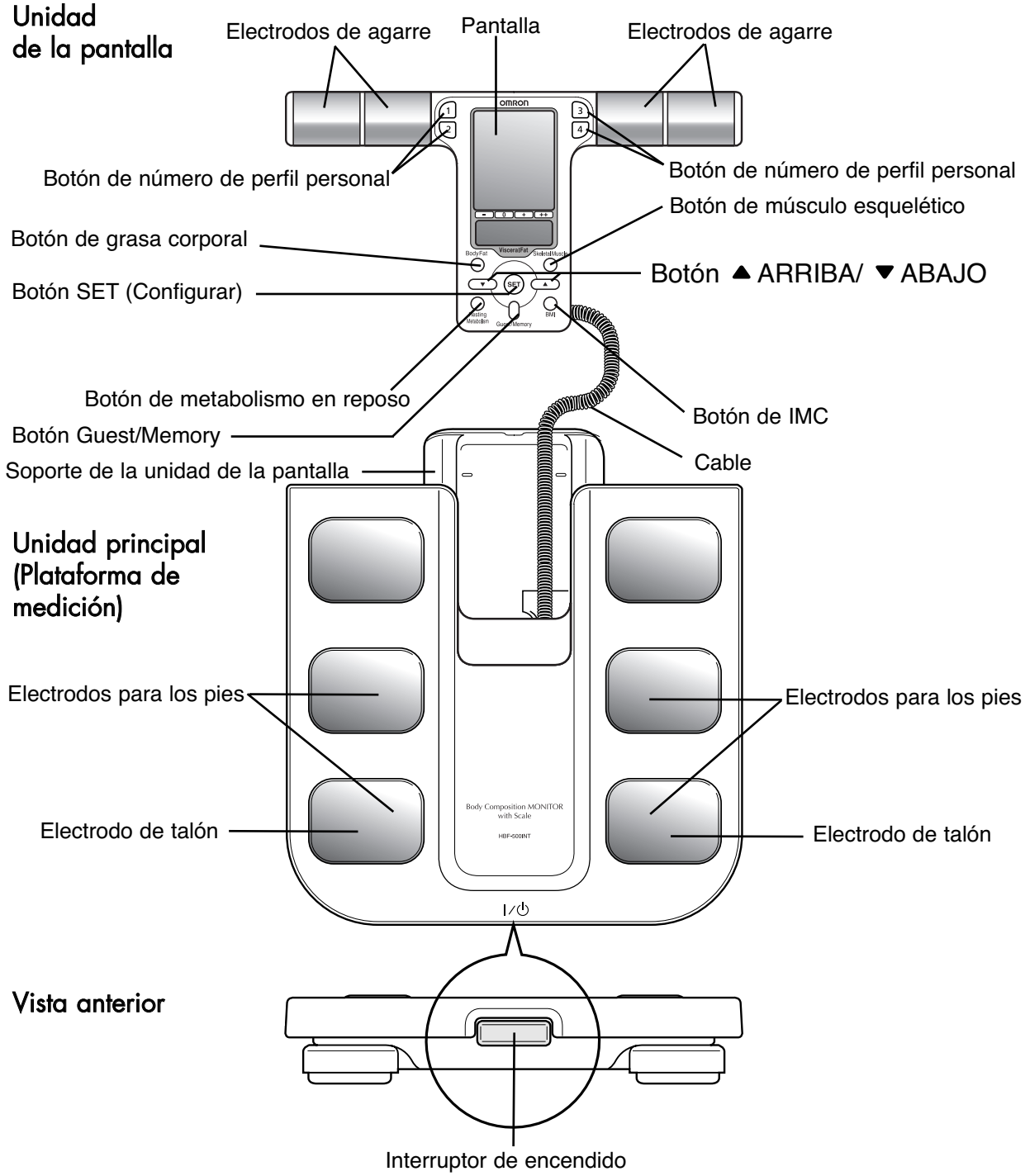
Existen ciertas condiciones en las que se pueden presentar diferencias significativas entre los valores estimados y reales de grasa corporal. Estas diferencias se pueden relacionar con el cambio en las proporciones de fluidos corporales y/o composición del organismo.

El porcentaje de grasa corporal medido por este monitor puede presentar diferencias significativas con respecto al porcentaje real de grasa corporal en las siguientes situaciones:

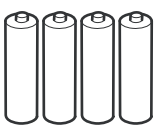
- Ancianos
- Personas con fiebre
- Fisicoculturistas o atletas altamente entrenados
- Pacientes dializados
- Pacientes con osteoporosis que presenten una densidad ósea muy baja
- Mujeres embarazadas
- Mujeres post-menopáusicas
- Pacientes con edema (Hinchazón en el cuerpo)
- Niños en la etapa de crecimiento

CONOZCA SU UNIDAD

Unidad de la pantalla



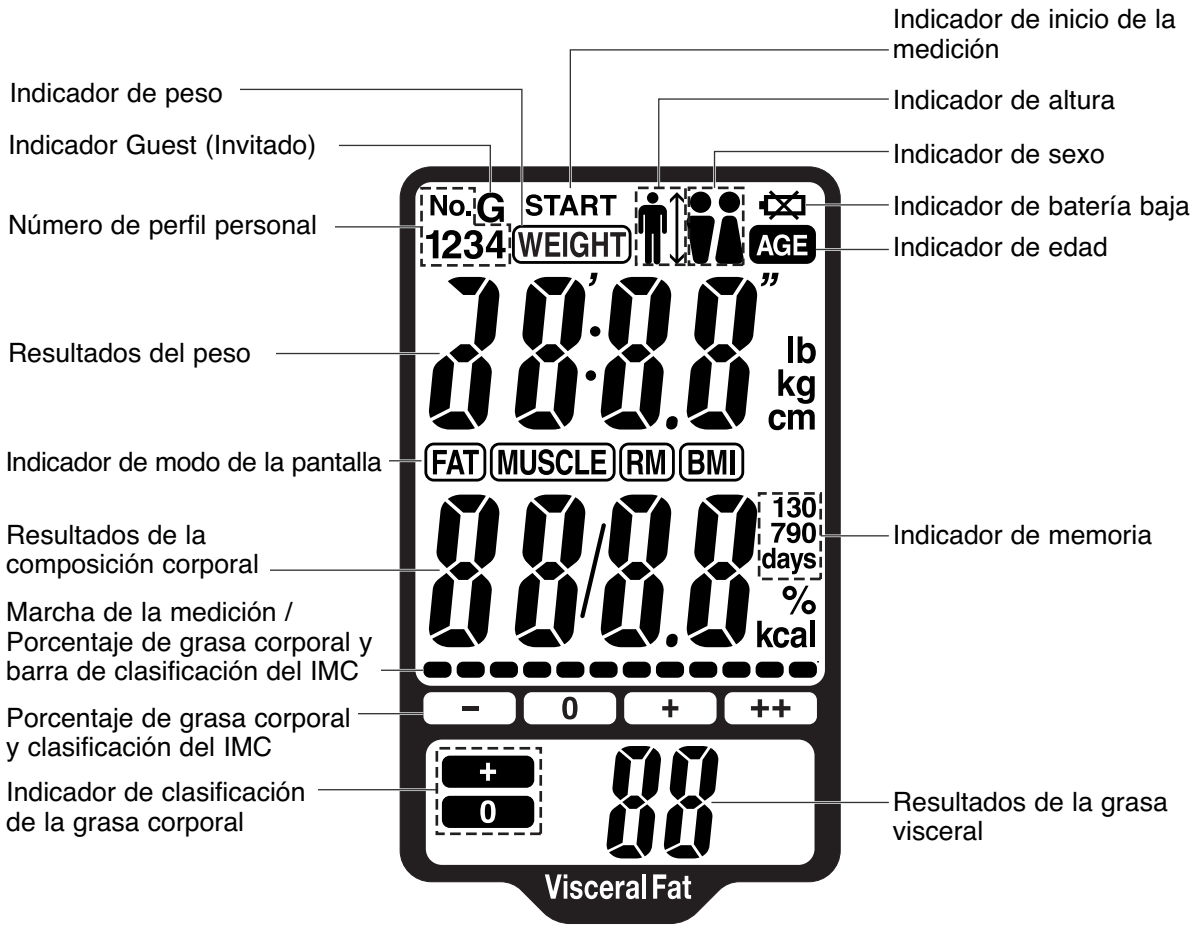
Componentes



Cuatro pilas AA

Manual de instrucciones

CONOZCA SU UNIDAD



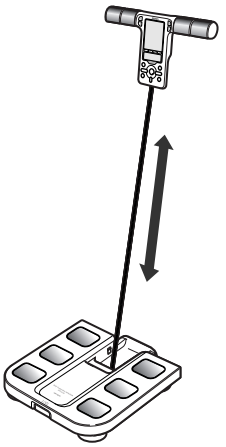
CONOZCA SU UNIDAD

⚠ ADVERTENCIA

Póngase en contacto con su médico o proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar un programa de reducción de peso o de ejercicios.

USO DE LA PANTALLA DE LA UNIDAD

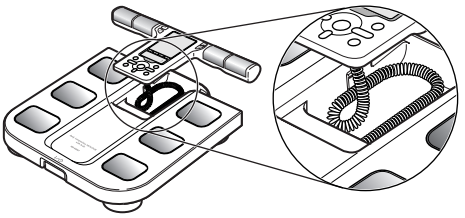
Extienda el cable como se ilustra a la derecha.



ALMACENAMIENTO DE LA UNIDAD DE LA PANTALLA

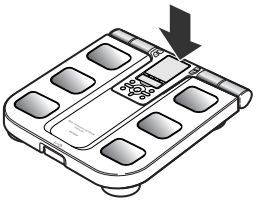
1. Enrolle el cable en el soporte de la unidad de la pantalla.

Asegúrese de que el cable quede enrollado de forma pareja y que no sobresalga del soporte de la unidad de la pantalla.



2. Coloque la unidad de la pantalla en el soporte de la unidad de la pantalla.

La unidad de la pantalla se ajusta en la posición correcta.



INTERRUPTOR DE ENCENDIDO

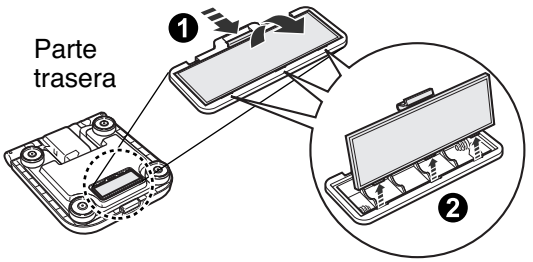
La alimentación se apaga automáticamente en la siguientes condiciones:

1. Si el monitor no se usa antes de que transcurra un minuto después de que el indicador de 0,0 kg aparezca en la pantalla.
2. Si no se ingresa ninguna información durante 5 minutos al ingresar datos personales.
3. Si el monitor no se usa durante 5 minutos después de que aparezcan los resultados de la medición.
4. Cinco (5) minutos después de que aparece el resultado al medir el peso solamente.

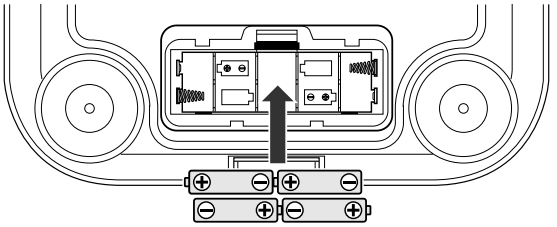
COLOCACIÓN DE LAS PILAS

1. Ubique la tapa del compartimiento de las pilas en la parte posterior de la unidad.

1) Presione la lengüeta de la tapa del compartimiento de las pilas en la dirección que indica la flecha para soltar la tapa como se ve en la ilustración.
2) Tire de la lengüeta de la tapa hacia arriba.



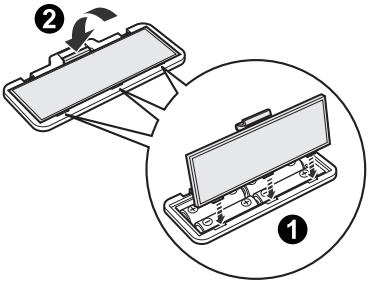
2. INSTALE 4 PILAS DE TAMAÑO "AA" de modo que las polaridades + (positiva) y - (negativa) concuerden con las polaridades que se indican en el compartimiento de las pilas.



3. Vuelva a colocar la tapa del compartimiento.

1) Alinee los ganchos de la tapa del compartimiento de las pilas con las ranuras del compartimiento.

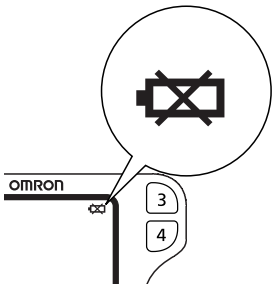
2) Presione la tapa del compartimiento de las pilas hasta que la lengüeta se ajuste en la posición correcta.



COLOCACIÓN DE LAS PILAS

CAMBIO DE LAS PILAS

Los valores de medición y los perfiles personales que se guardan en la memoria no se borran durante el cambio de las pilas. Se debe configurar la fecha y hora cuando se enciende el monitor.



Indicador de batería baja

Cuando el indicador de batería baja aparece en la pantalla, debe quitar todas las pilas gastadas. Coloque cuatro pilas nuevas al mismo tiempo.

NOTAS:

- Las pilas nuevas duran aproximadamente un año si se usa la unidad cuatro veces por día. Las pilas de obsequio que vienen con la unidad pueden durar menos.

- Si no tiene planeado usar el aparato por un período de tres meses o más, sáquele las pilas antes de guardarlo.

⚠ PRECAUCIÓN:

En caso de se produzca un derrame del fluido de las pilas y que éste entre en contacto con los ojos, la piel o la ropa, enjuague de inmediato con abundante agua limpia. Póngase en contacto de inmediato con su médico.

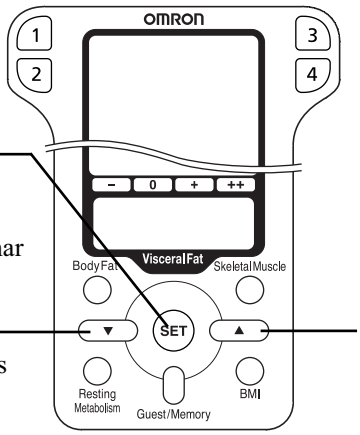
⚠ PRECAUCIÓN:

Respete los reglamentos locales aplicables al desechar el dispositivo, las pilas, los componentes y los accesorios opcionales. La eliminación ilegal puede provocar contaminación ambiental.

CONFIGURACIÓN DE LA FECHA Y HORA

Cuando la unidad se enciende por primera vez, es necesario configurar la fecha y hora.

Botones que se utilizan en este procedimiento



Botón SET (Configurar)

Use este botón para confirmar la configuración o desplazarse hasta el siguiente elemento después de confirmar el elemento configurado.

▼Botón ABAJO

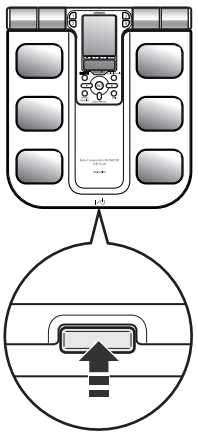
Presione este botón para disminuciones unitarias. Presione continuamente para disminuir rápidamente.

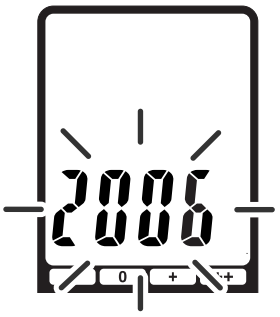
▲Botón ARRIBA

Presione este botón para incrementos unitarios.
Presione continuamente para avanzar rápidamente.

1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.

Si ésta es la primera vez que enciende el monitor, parpadea el año.





2. CONFIGURACIÓN DEL AÑO

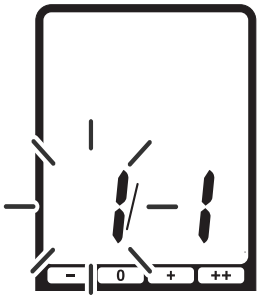
1) Presione los botones ▲ARRIBA y ▼ABAJO para cambiar el año.

2) Presione el botón SET (Configurar).
Se configura el año.
El mes parpadea en la pantalla.

3. CONFIGURACIÓN DEL MES

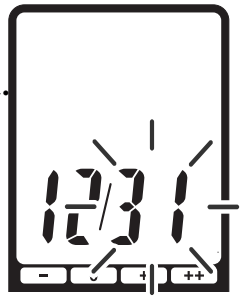
1) Presione los botones ▲ARRIBA y ▼ABAJO para cambiar el mes.

2) Presione el botón SET (Configurar).
Se configura el mes.
El día parpadea en la pantalla.



CONFIGURACIÓN DE LA FECHA Y HORA

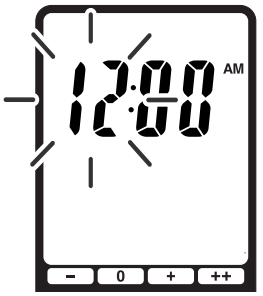
4. CONFIGURACIÓN DEL DÍA



1) Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar el día.

2) Presione el botón SET (Configurar).
Se configura el día.
La hora parpadea en la pantalla.

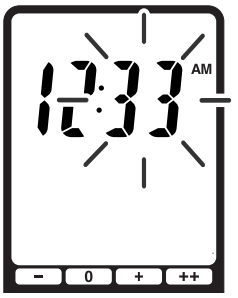
5. CONFIGURACIÓN DE LA HORA



1) Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar la hora.

2) Presione el botón SET (Configurar).
Se configura la hora.
Los minutos parpadean en la pantalla.

6. CONFIGURACIÓN DE LOS MINUTOS

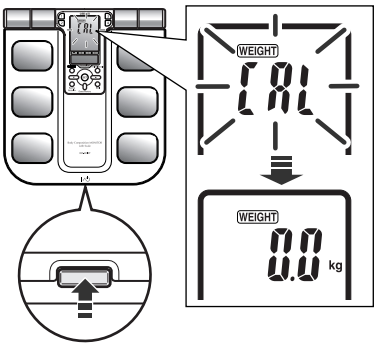


1) Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar los minutos.

2) Presione el botón SET (Configurar).

La configuración actual para el año, mes y día, hora y minutos aparecen en esta secuencia en la pantalla. El monitor se apaga automáticamente.

PARA AJUSTAR LA FECHA Y HORA



1) Encienda el monitor.
El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg. Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

2) Presione y mantenga presionado el botón SET (Configurar). El año parpadea en la pantalla.

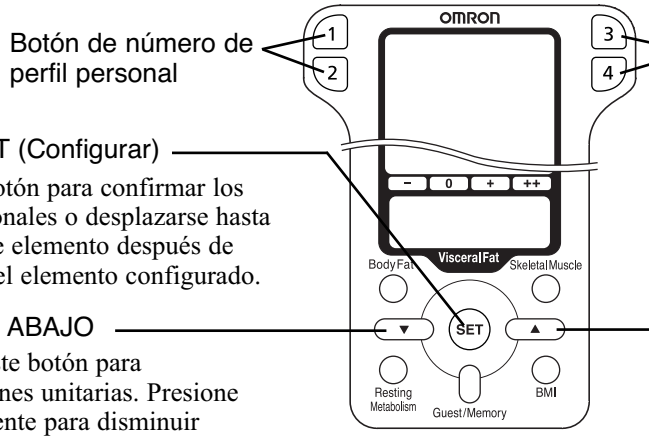
3) Consulte la página 20, CONFIGURACIÓN DEL AÑO, para comenzar con el cambio de la fecha y hora.

ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES

Para medir la composición corporal, se deben configurar sus datos personales. Los datos personales incluyen su edad, sexo y altura. El MONITOR de composición corporal con balanza ofrece dos opciones para ingresar sus datos personales.

1) Seleccione un número de perfil personal para guardar sus datos personales. El monitor guarda hasta 4 perfiles personales. Seleccione un número del 1 al 4. Use este número para ingresar sus datos personales y cuando realice una medición.
2) Seleccione el botón Guest/Memory si no desea que sus datos personales se guarden en la memoria. Si usa la opción Guest (Invitado), deberá ingresar sus datos personales cada vez que obtenga una medición. Los resultados de la medición no se guardan en la memoria cuando se usa la opción Guest para obtener una medición.

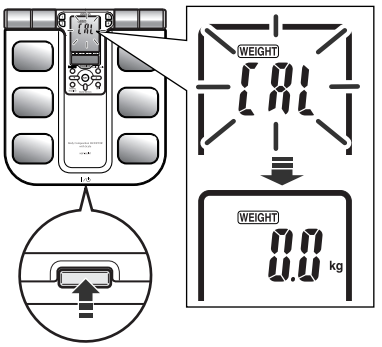
Botones que se utilizan en este procedimiento



1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.

El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.

Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.



2. Levante la unidad de la pantalla para sacarla del soporte de la unidad de pantalla.

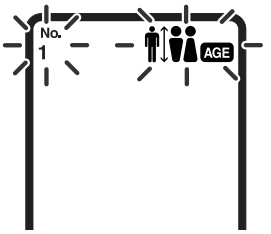
NOTA: Este monitor se puede configurar para usar el sistema de medidas inglesas o anglosajonas o el sistema métrico. El perfil personal y la memoria se visualizan en el sistema seleccionado. Para cambiar el modo de medidas inglesas o anglosajonas/métricas:

1) Presione y mantenga presionado el botón ▲ARRIBA hasta que “lb” y “kg” parpadeen en la pantalla.

2) Presione los botones ▲ARRIBA y ▼ABAJO para seleccionar el modo, “lb” o “kg”.
3) Presione el botón SET (Configurar) para confirmar el cambio.

ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES

3. Seleccione un perfil personal o GUEST (Invitado) como su opción de datos personales.

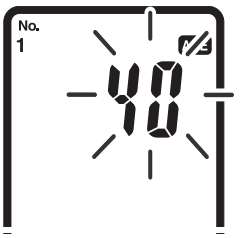


A. Perfil personal

Presione el botón de número de perfil personal deseado (1 a 4).
Presione el botón SET.

NOTA:

1) Si no se ha ingresado información para el número de perfil personal que ha seleccionado, el número y los símbolos de sexo, edad y altura parpadean en la pantalla.
2) Si se han ingresado datos personales para el número, el número de perfil personal parpadea en la pantalla.



B. GUEST

Presione el botón Guest/Memory.
Aparece el indicador Guest.

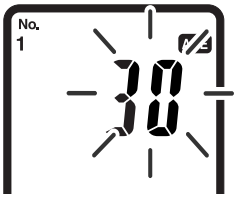
Presione el botón SET.
En la pantalla parpadea el valor predeterminado correspondiente a la edad.

4. Ingrese sus datos personales.

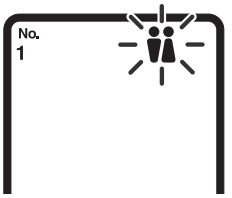
CONFIGURACIÓN DE LA EDAD

Indique una edad entre 10 y 80.

1) Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar la edad.



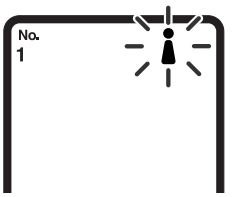
2) Presione el botón SET.
Se configura la edad.
Los símbolos de sexo parpadean en la pantalla.



ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES

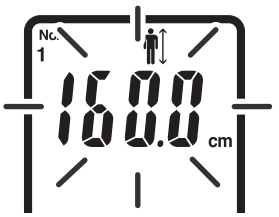
CONFIGURACIÓN DEL SEXO

Indique el sexo ♀ HOMBRE O ♂ MUJER



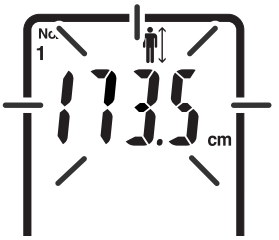
1) **Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar el sexo.**

2) **Presione el botón SET.**
   Se configura el sexo.
   En la pantalla parpadea el valor predeterminado para la altura.



CONFIGURACIÓN DE LA ALTURA

Establezca la altura entre 100,0 cm y 199,5 cm.
(Rango de visualización en el modo de visualización en pulgadas: 3'4" y 6'6 3/4")



1) **Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para cambiar la altura.**

2) **Presione el botón SET.**
   Se configura la altura

Las configuraciones actuales para la edad, sexo y altura aparecen en esta secuencia en la pantalla. El símbolo 0,0 kg aparece en la pantalla. Ahora puede tomar una medición utilizando el número de perfil personal que ha seleccionado o el modo Guest.
Consulte la página 26, CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN.

CAMBIO DE LOS DATOS PERSONALES

Si los datos personales cambian, se debe cambiar la información del número de perfil personal que ha seleccionado para que los resultados de la medición se calculen correctamente.

1. **Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.**

   El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.
   Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

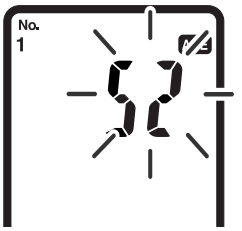
2. **Levante la unidad de la pantalla para sacarla del soporte de la unidad de pantalla.**

ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES

3. Seleccione el número de perfil personal que desee cambiar.

1) Presione el botón de número de perfil personal (1 a 4).
El número de perfil personal seleccionado parpadea una vez en la pantalla.

2) Presione el botón SET.
Se configura el número de perfil personal.
La CONFIGURACIÓN actual para la edad parpadea en la pantalla.



4. Consulte la página 23, ingrese sus datos personales para comenzar con el cambio de los datos personales.

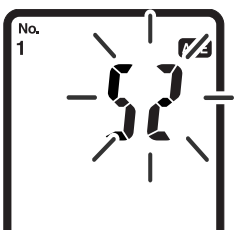
ELIMINACIÓN DEL PERFIL PERSONAL

1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.

El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.
Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

2. Seleccione el número de perfil personal que desee eliminar.

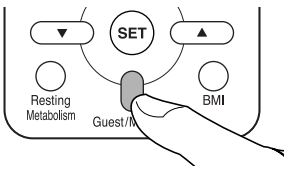
1) Presione el botón de número de perfil personal para seleccionar un número de perfil personal.
La pantalla del número de perfil personal seleccionado parpadea una vez.

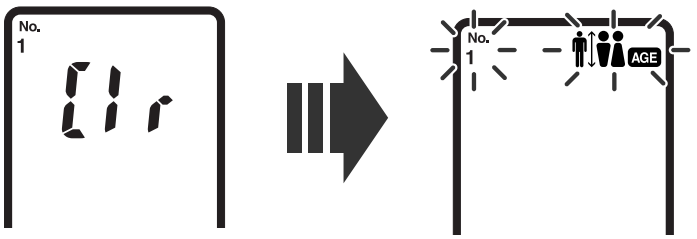


2) Presione el botón SET.
Se confirma el número de perfil personal y la configuración de la edad seleccionada parpadea en la pantalla.

3. Presione el botón Guest/Memory durante 2 segundos.

Los valores de medición y los datos personales se eliminan de la memoria. El símbolo Clr aparece en la pantalla seguido del número de perfil personal y los símbolos de sexo, edad y altura como se ve en la ilustración.





CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

ANTES DE OBTENER UNA MEDICIÓN, SE DEBEN INGRESAR LOS DATOS PERSONALES.

⚠ PRECAUCIÓN:

Consulte a su médico antes de usar este monitor si se encuentra embarazada.

⚠ PRECAUCIÓN:

Las personas discapacitadas o físicamente frágiles deben recibir ayuda de otra persona para usar este monitor o usar una baranda, un caminador u otro dispositivo de apoyo para evitar caerse cuando sube y baja del monitor.

POSTURA CORRECTA PARA REALIZAR MEDICIONES

Después de medir su peso.

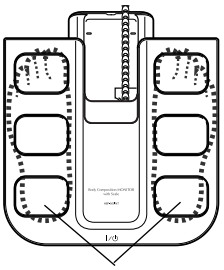
Levante los brazos en sentido horizontal y extienda los codos.

90°

Párese con las rodillas y la espalda derechas y mire hacia adelante.

Sostenga la unidad de pantalla para poder ver la pantalla.

Párese descalzo en la unidad principal.



Electrodos de talón

Verifique que cada talón se encuentre posicionado en un electrodo para talón. Párese con el peso distribuido de forma pareja sobre la plataforma de medición.

Extienda los brazos de modo que formen un ángulo de 90° con respecto al cuerpo.

POSTURAS QUE DEBEN EVITARSE DURANTE LA MEDICIÓN

Una postura incorrecta puede tener como resultado una medición inexacta de la composición corporal.

Movimiento durante la medición

Brazos flexionados

Brazos demasiado bajos o altos

Pantalla mirando hacia arriba

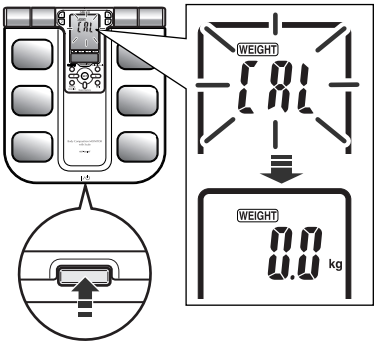
Rodillas flexionadas

Pararse en el borde del monitor

CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

CÓMO MEDIR LA COMPOSICIÓN CORPORAL

1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.



El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.
Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

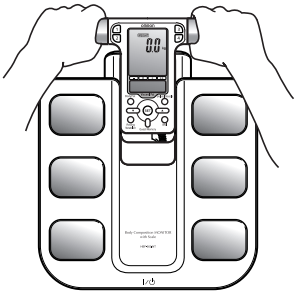
NOTAS:

- Si se sube al monitor antes de que aparezca la indicación de 0,0 kg en la pantalla, aparece un mensaje de error "Err".
- Este monitor se puede configurar para usar el sistema de medidas inglesas o anglosajonas o el sistema métrico. El perfil personal y la memoria se visualizan en el modo seleccionado. Para cambiar el modo de medidas inglesas o anglosajonas/métricas:

  1) Mantenga presionado el botón ▲ ARRIBA hasta que "lb" y "kg" parpadeen en la pantalla.

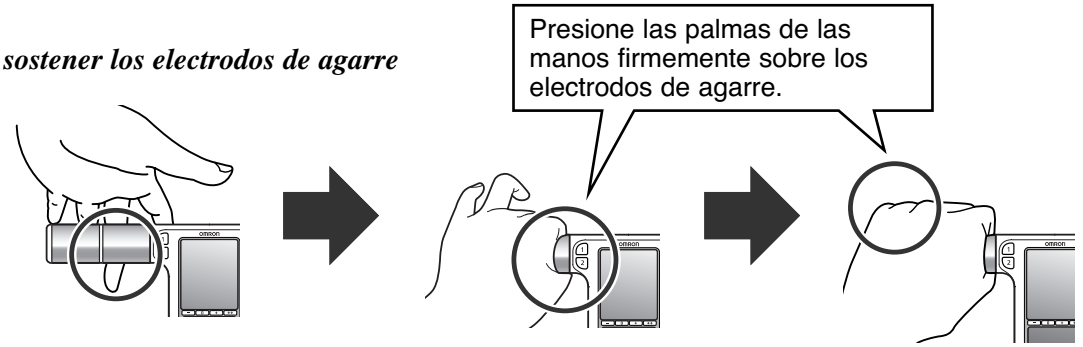
  2) Presione los botones ▲ ARRIBA o ▼ ABAJO para seleccionar el modo, "lb" o "kg".
  3) Presione el botón SET (Configurar) para confirmar el cambio.

2. Cuando la indicación 0,0 kg aparece en la pantalla, levante y retire la unidad de la pantalla del soporte de la unidad de pantalla.



NOTA: No retire la unidad de la pantalla hasta que 0,0 kg aparezca en la pantalla.

Cómo sostener los electrodos de agarre



Coloque ambos dedos medios a lo largo de las muescas de los electrodos de agarre.

Sostenga los electrodos de agarre internos firmemente con el pulgar y el índice.

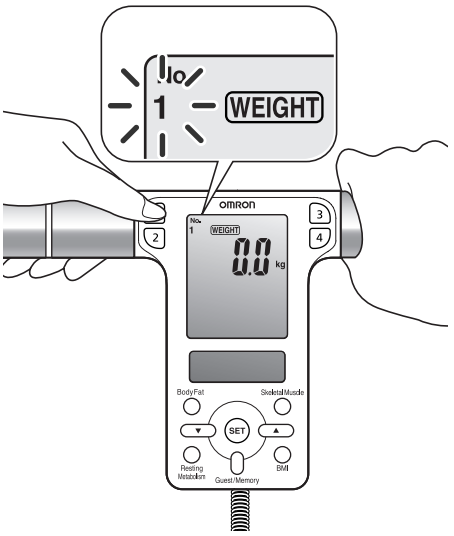
Sostenga los electrodos de agarre externos con el anular y el meñique.

CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

3. Seleccione el botón del número de perfil personal o el botón Guest/Memory.

A. Número de perfil personal

Presione el botón del número de perfil personal que ha seleccionado mientras sostiene la unidad de la pantalla. El número de perfil personal aparece después de parpadear una vez.

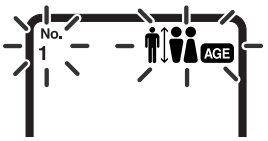


Ej.: Para seleccionar el número de perfil personal “1”, presione el botón 1 .

NOTA:

Si aparece lo siguiente en la pantalla, no se han ingresado datos personales para el número que ha seleccionado.

Consulte ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES en la página 22.

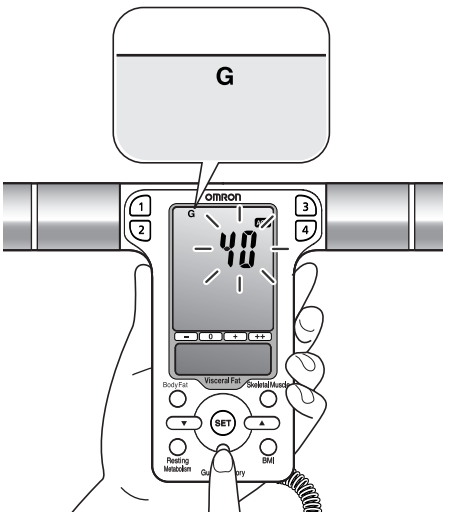


B. GUEST

1) Presione el botón Guest/Memory mientras sostiene la unidad de la pantalla.

Aparece la indicación “G” en la parte superior de la pantalla mientras parpadean los datos de “AGE” (Edad).

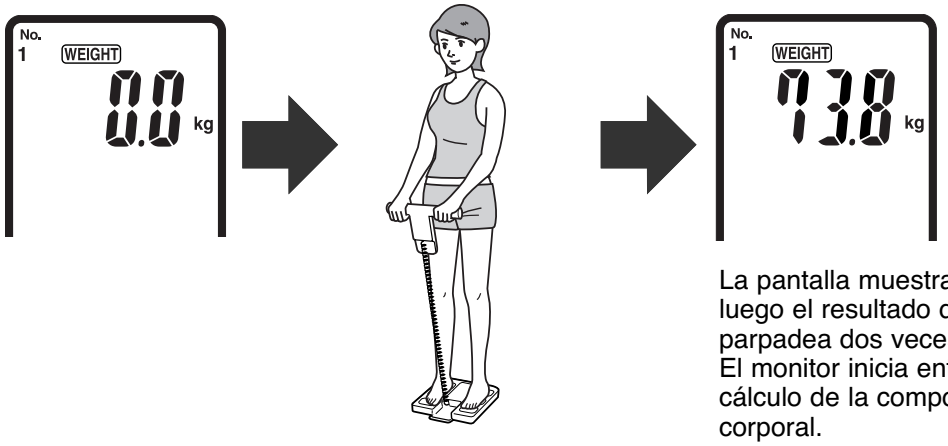
2) Ingrese sus datos personales. Consulte ESTABLECIMIENTO DE LOS DATOS PERSONALES en la página 22.



CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

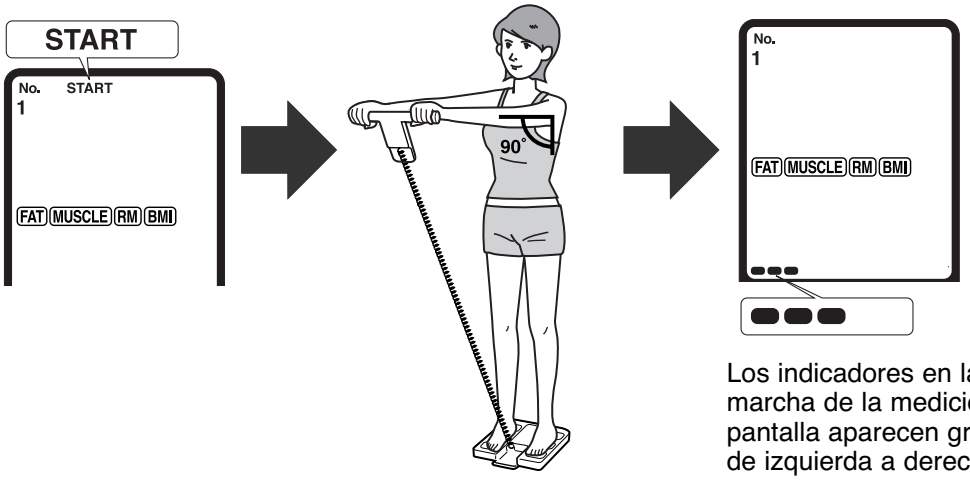
4. Inicie la medición.

1) Súbase a la plataforma de medición y coloque los pies en los electrodos para los pies con el peso distribuido de forma pareja.
Quédese quieto y no se mueva hasta que se complete la medición.



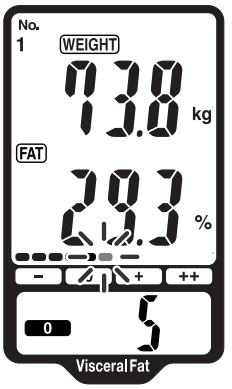
La pantalla muestra el peso y luego el resultado del peso parpadea dos veces.
El monitor inicia entonces el cálculo de la composición corporal.

2) Cuando "START" (Inicio) aparece en la pantalla, extienda los brazos de modo que formen un ángulo de 90˚ con respecto al cuerpo.



Los indicadores en la barra de marcha de la medición de la pantalla aparecen gradualmente de izquierda a derecha.

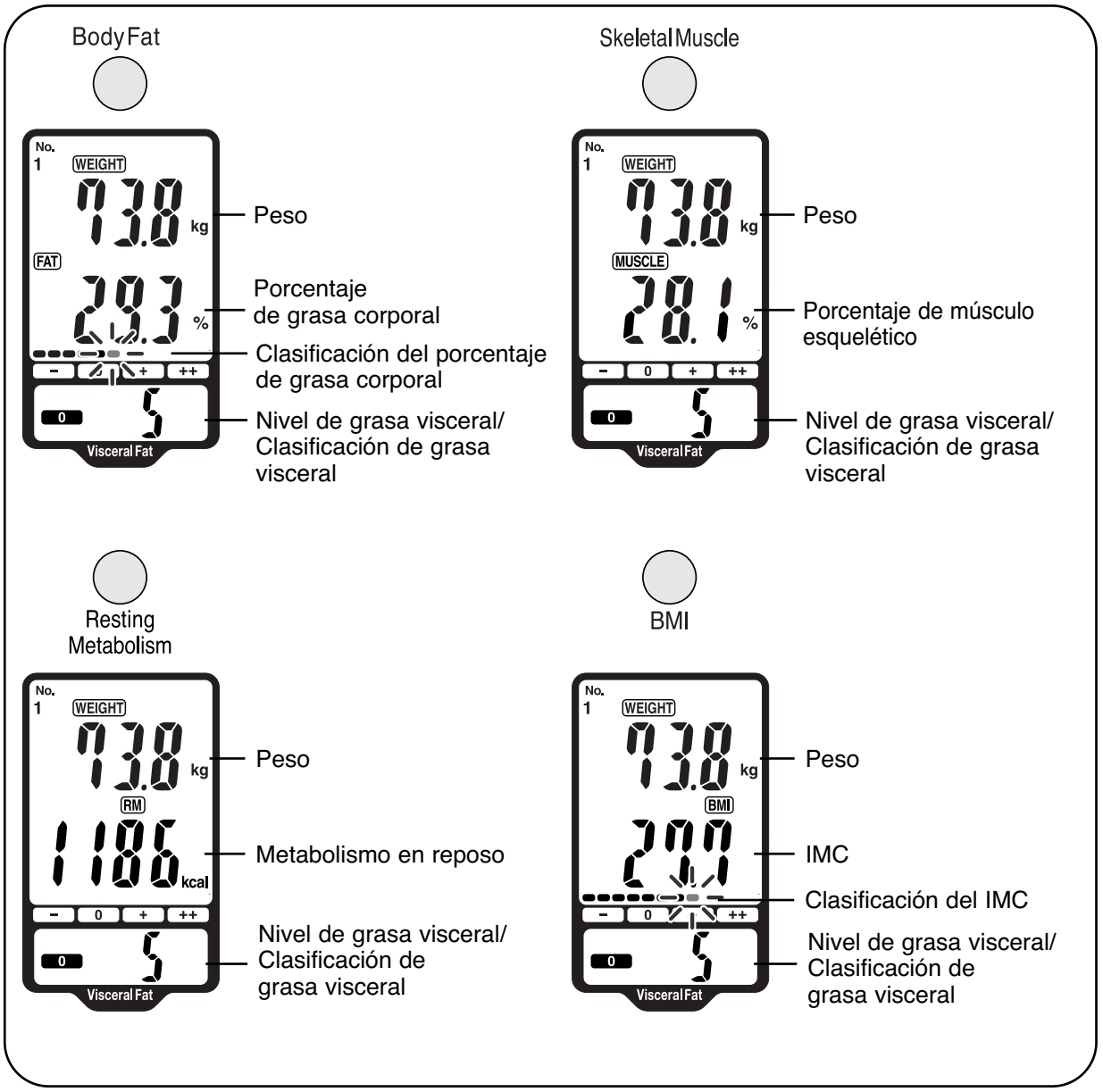
3) Una vez que se complete la medición, aparece nuevamente el peso.
Bájese de la plataforma de medición.



CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

5. Verifique los resultados de la medición.

Presione el botón correspondiente para visualizar los resultados de la medición.

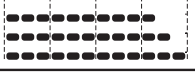


NOTAS:

- El rango de edad para el porcentaje de músculo esquelético, metabolismo en reposo y nivel de grasa visceral es de 18 a 80 años.
- El rango de edad para la clasificación del porcentaje de grasa corporal es de 20 a 79 años de edad.

CÓMO TOMAR UNA MEDICIÓN

Interpretación del resultado del IMC

IMC	IMC (Designación de la OMS)	Barra de clasificación IMC (– 0 + ++)	Clasificación IMC
Menos de 18,5	- (Peso insuficiente)		7,0 - 10,7 10,8 - 14,5 14,6 - 18,4
18,5 o más, y menos de 25	0 (Normal)		18,5 - 20,5 20,6 - 22,7 22,8 - 24,9
25 o más, y menos de 30	+ (Sobrepeso)		25,0 - 26,5 26,6 - 28,2 28,3 - 29,9
30 o más	++ (Obeso)		30,0 - 34,9 35,0 - 39,9 40,0 - 90,0

El índice anterior se refiere a los valores de determinación de la obesidad propuestos por la OMS, la Organización Mundial de la Salud.

Extienda el cable como se ilustra a la derecha.

Sexo	Edad	Bajo (–)	Normal (0)	Alto (+)	Muy alto (++)
Femenino	20-39	< 21,0	21,0 - 32,9	33,0 - 38,9	≧ 39,0
	40-59	< 23,0	23,0 - 33,9	34,0 - 39,9	≧ 40,0
	60-79	< 24,0	24,0 - 35,9	36,0 - 41,9	≧ 42,0
Masculino	20-39	< 8,0	8,0 - 19,9	20,0 - 24,9	≧ 25,0
	40-59	< 11,0	11,0 - 21,9	22,0 - 27,9	≧ 28,0
	60-79	< 13,0	13,0 - 24,9	25,0 - 29,9	≧ 30,0

Basado en las pautas sobre el IMC de NIH/OMS
Basado en Gallagher et al., American Journal of Clinical Nutrition, Vol. 72, Sept. 2000

Interpretación del resultado del nivel de grasa visceral

Nivel de grasa visceral < 9	Nivel de grasa visceral ≧ 10
0 (Normal)	+ (Alto)

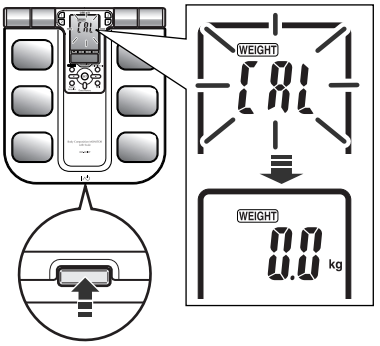
Distribución del área de grasa visceral (0 - Aprox. 300 cm^2, 1 pulgada=2,54 cm) con 30 niveles.
* Los datos consultados por Omron Healthcare.

6. Apague el monitor.

Presione el interruptor de alimentación para apagar el monitor. Guarde la unidad de pantalla en el soporte de la unidad de pantalla.

CÓMO MEDIR EL PESO SOLAMENTE

1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.



El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.
Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

NOTAS:
- Si se sube al monitor antes de que aparezca la indicación de 0,0 kg en la pantalla, aparece un mensaje de error "Err".
- Este monitor se puede configurar para usar el sistema de medidas inglesas o anglosajonas o el sistema métrico. El perfil personal y la memoria se visualizan en el sistema seleccionado. Para cambiar el modo de medidas inglesas o anglosajonas/métricas:

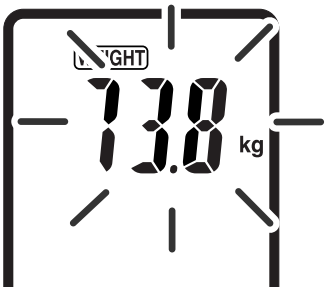
  1) Mantenga presionado el botón ▲ ARRIBA hasta que "lb" y "kg" parpadeen en la pantalla.

  2) Presione los botones ▲ ARRIBA y ▼ ABAJO para seleccionar la unidad de medición, "lb" o "kg".
  3) Presione el botón SET (Configurar) para confirmar el cambio.

2. Párese en la plataforma de medición.

Párese con el peso distribuido de forma pareja sobre la plataforma de medición.

Quédese quieto y no se mueva hasta que se complete la medición.



3. Salga de la plataforma de medición.

4. Presione el interruptor de alimentación para apagar el monitor.

USO DE LA FUNCIÓN MEMORIA

Los resultados de la medición se guardan automáticamente en la memoria al tomar una medición con el botón de número de perfil personal. Puede visualizar los resultados de 1 día, o de 7, 30 y 90 días antes. El monitor guarda automáticamente hasta 97 valores de medición para cada número de perfil personal. Una vez que se guardan 97 conjuntos de valores de medición en la memoria para ese número de perfil personal, el registro más antiguo se borra para guardar los valores de medición más recientes.

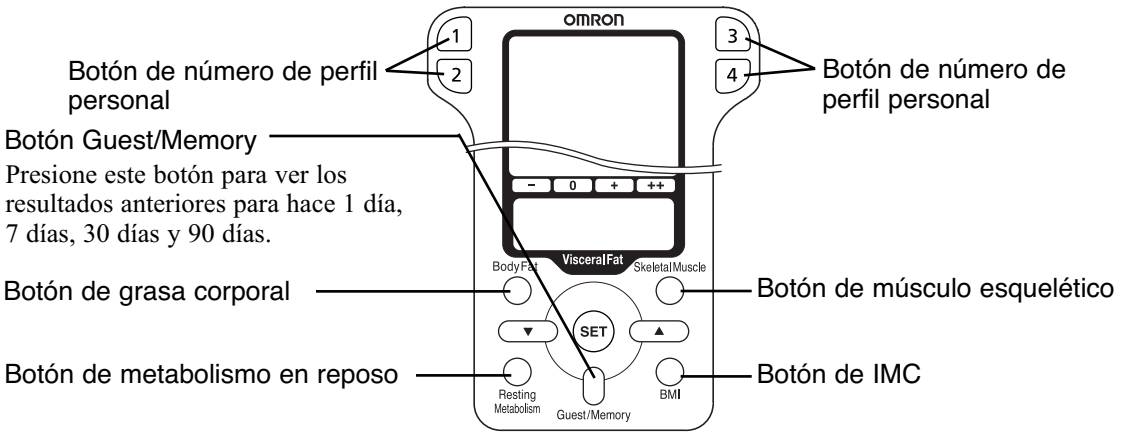
NOTAS:

- Si la medición no se tomó en el día exacto para 1, 7, 30 y 90 días antes, se visualizan los resultados de la medición que se guardan en la memoria como se indica en el cuadro que aparece a continuación.

1 día	Datos más cercanos almacenados desde el día 2 al día 6
Hace 7 días	Datos más cercanos almacenados desde el día 8 al día 14
Hace 30 días	Datos más cercanos almacenados desde el día 31 al día 37
Hace 90 días	Datos más cercanos almacenados desde el día 91 al día 97

- Se guarda únicamente un solo conjunto de resultados de medición para cada número de perfil personal por día. Si se toma más de una medición durante un día, se guardan los resultados de la última medición.

Botones que se utilizan en este procedimiento



Comparación de resultados después de tomar una medición

1. Visualice los resultados de la medición después de tomar una medición.

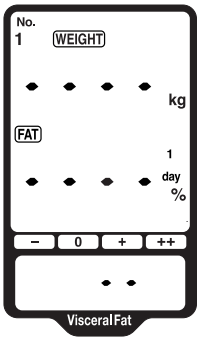
1) Presione el botón Guest/Memory. Aparecen los resultados del día anterior.

2) Presione el botón Guest/Memory para ver los resultados de hace “1 día”, “7 días”, “30 días” y “90 días”.

USO DE LA FUNCIÓN MEMORIA

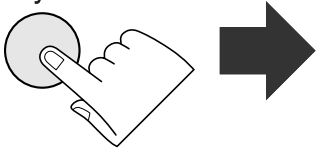
NOTAS:

- Si no hay resultados para una memoria seleccionada, se visualiza "- - - -" para ese elemento.



- Para ver los resultados anteriores para otros elementos, presione el botón para el elemento deseado. Se visualizan los resultados para el elemento seleccionado.
  Luego presione el botón Guest/Memory para ver los resultados anteriores para ese elemento.

Body Fat

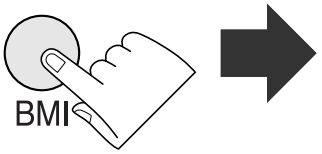


Resultados anteriores sobre grasa corporal para el período actualmente seleccionado.
Presione el botón Guest/Memory para recorrer los otros resultados anteriores.

Resultados anteriores sobre metabolismo en reposo para el período actualmente seleccionado.
Presione el botón Guest/Memory para recorrer los otros resultados anteriores.

Skeletal Muscle

Resultados anteriores sobre MÚSCULO para el período actualmente seleccionado.
Presione el botón Guest/Memory para recorrer los otros resultados anteriores.



Resultados anteriores sobre IMC para el período actualmente seleccionado.
Presione el botón Guest/Memory para recorrer los otros resultados anteriores.

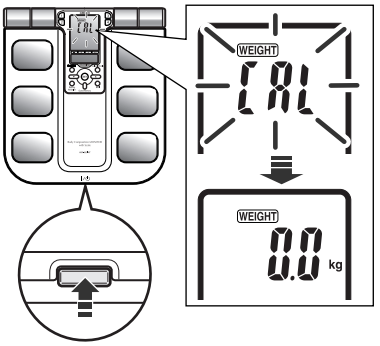
2. Presione el interruptor de alimentación para apagar el monitor.

USO DE LA FUNCIÓN DE MEMORIA

Visualización de los resultados de mediciones anteriores

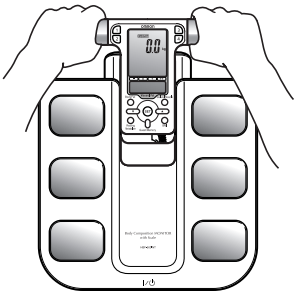
Siga este procedimiento si sólo desea ver y comparar los resultados de mediciones anteriores, sin tomar una medición.

1. Presione el interruptor de alimentación para encender el monitor.



El símbolo CAL parpadea en la pantalla, luego la pantalla cambia a 0,0 kg.
Espere hasta que la indicación de 0,0 kg aparezca en la pantalla.

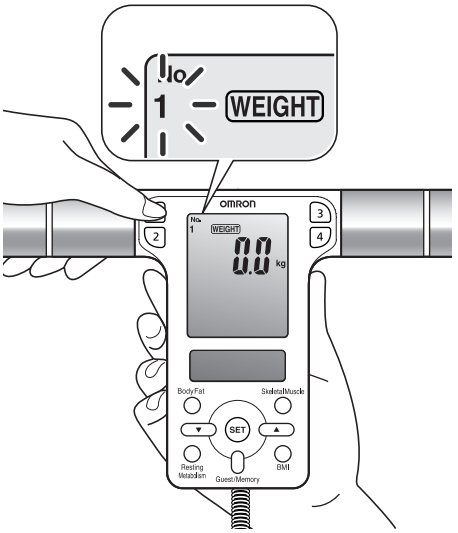
NOTA: Si se sube a la plataforma de medición antes de que aparezca la indicación de 0,0 kg en la pantalla, aparece un mensaje de error “Err”.



2. Cuando la indicación 0,0 kg aparece en la pantalla, levante y retire la unidad de la pantalla del soporte de la unidad de pantalla.

NOTA: No retire la unidad de la pantalla hasta que 0,0 kg aparezca en la pantalla.

3. Presione el botón del número de perfil personal deseado.



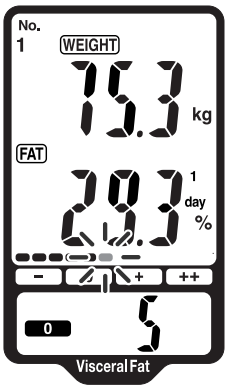
Ej.: Para seleccionar el número de perfil personal “1”, presione el botón (1).

USO DE LA FUNCIÓN MEMORIA

4. Visualizar los resultados de mediciones anteriores.

1) Presione el botón Guest/Memory una vez.

Aparecen los resultados del día anterior.



[Ejemplo]

2) Presione el botón Guest/Memory para ver los resultados de hace “1 día”, “7 días”, “30 días” y “90 días”.

NOTA: Para ver los resultados anteriores de grasa corporal, metabolismo en reposo, músculo esquelético e IMC, presione el botón del elemento deseado. Aparecen los resultados del elemento seleccionado. (Consulte la página 34.)

5. Presione el interruptor de alimentación para apagar el monitor.

INDICADORES DE ERROR

INDICADOR DE ERROR	CAUSA	CORRECCIÓN
	Las palmas de las manos o los pies no están correctamente colocados sobre los electrodos.	Debe estar descalzo para hacerse la medición. Las palmas de las manos o plantas de los pies deben estar limpias y secas. Asegúrese de que los pies estén correctamente colocados. Lea “Cómo tomar una medición” en la página 26.
	La posición de medición no era estable. Las palmas de las manos o los pies no estaban correctamente colocados.	Quédese quieto y no se mueva hasta que se complete la medición. Lea “Cómo tomar una medición” en la página 26.
	Los pies están demasiado secos.	Humedezca ligeramente las plantas de los pies con una toalla húmeda y vuelva a tomar la medición.
	Los valores de composición corporal se encuentran fuera de los límites de medición.	Verifique los valores ingresados para sus datos personales. Cambie los valores según sea necesario. Vuelva a tomar la medición. Si se produce este error nuevamente y los valores son correctos, esto significa que la medición no puede tomarse.
	Las palmas de las manos o los pies no están correctamente colocados sobre los electrodos.	Asegúrese de que las palmas de las manos o los pies estén correctamente colocados.
	La unidad no está configurada correctamente.	Quite las pilas. Espere un minuto. Vuelva a colocar las pilas. Consulte “Colocación de las pilas” en la página 18. Presione el interruptor de encendido y encienda el monitor. Vuelva a tomar la medición.
	Se subió a la plataforma de medición antes de que apareciera la indicación de 0,0 kg.	Espere a que aparezca la indicación de 0,0 kg antes de subirse a la plataforma de medición.
	El monitor se movió antes de que aparezca la indicación de 0,0 kg.	No mueva el monitor hasta que aparezca la indicación de 0,0 kg.
	Movimiento durante la medición.	No debe moverse hasta que se complete la medición.
	El monitor detectó un peso que supera los 135,0 kg.	Este monitor sólo puede ser utilizado por personas que pesan menos de 135,0 kg.

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PROBLEMA	CAUSA Y SOLUCIÓN
Indicador de batería baja No hay alimentación eléctrica No aparece ninguna visualización en la unidad	Verifique las indicaciones sobre la colocación de las pilas para ver si las polaridades están correctamente colocadas. Cambie todas las pilas gastadas.
El valor de peso que aparece es anormalmente bajo o alto.	Coloque el monitor sobre una superficie dura y nivelada.
El valor de composición corporal que aparece es anormalmente bajo o alto.	Consulte “Motivos por los cuales los resultados calculados pueden ser diferentes del verdadero porcentaje de grasa corporal” en la página 14, y “Horarios recomendados para la medición” en la página 13. Verifique los valores ingresados para sus datos personales.
Otras condiciones	Quite las pilas. Espere un minuto. Vuelva a colocar las pilas. Consulte “Colocación de las pilas” en la página 18.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Para mantener el MONITOR de composición corporal con balanza en las mejores condiciones y proteger a la unidad de modo que no se dañe, siga estas instrucciones:

Limpie el monitor con un paño seco y suave. No use limpiadores abrasivos o limpiadores volátiles. El monitor no es a prueba de agua.

⚠ PRECAUCIÓN:

No sumerja el dispositivo ni ninguno de sus componentes en agua.

Guarde el monitor en un lugar seco y seguro. No exponga el monitor a la luz solar directa, a temperaturas extremas altas o bajas o a la humedad. Seque completamente cualquier rastro de humedad antes de guardar el monitor.

⚠ PRECAUCIÓN:

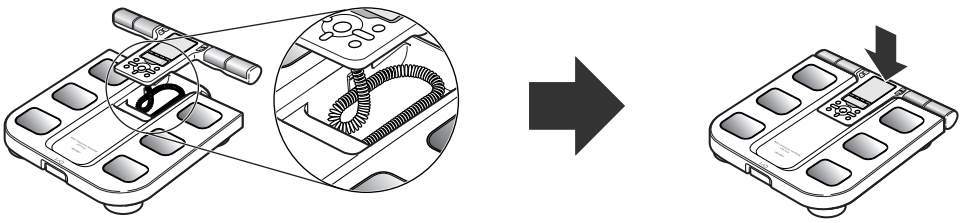
No sumerja el dispositivo ni ninguno de sus componentes en agua.

⚠ PRECAUCIÓN:

No someta al monitor a golpes fuertes, como, por ejemplo, dejar caer la unidad al suelo.

Saque las pilas si no piensa utilizar el monitor durante tres meses o un período más prolongado.

Guarde la unidad de pantalla en la unidad principal como se muestra en la figura.
Cuando coloca la parte inferior de la unidad de pantalla, ésta chasquea al encajarse en el soporte de la unidad de pantalla.



No doble el cable al guardarlo en el soporte de la unidad de pantalla.

Use el monitor de acuerdo con las instrucciones que se suministran en este manual.

⚠ PRECAUCIÓN:

No desarme ni trate de modificar la unidad. Los cambios o las modificaciones que no hayan sido aprobados por Omron Healthcare anularán la garantía del usuario.

DECLARACIÓN DE LA FCC

NOTA:

POTENCIAL DE INTERFERENCIA DE RADIO/TELEVISIÓN (para EE.UU. solamente)

Este producto ha sido probado y cumple con los límites de un dispositivo digital de Clase B, de acuerdo con la parte 15 de las normas de la FCC.

Estos límites fueron diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias perjudiciales cuando se utilice el equipo en una instalación residencial. El producto genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y se utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede provocar interferencias perjudiciales en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no hay garantías de que no se producirán interferencias en una instalación en particular. Si el producto provoca interferencias perjudiciales a la recepción de radio o televisión, lo que se puede determinar encendiendo y apagando el equipo, se sugiere que el usuario intente corregir la interferencia a través de una o más de las siguientes medidas:

- Reoriente o reubique la antena receptora.
- Aumente la distancia entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a un tomacorrientes que esté en un circuito distinto de aquél al que se encuentra conectado el receptor.
- Consulte al distribuidor o a un técnico experimentado en radio/TV para obtener más información.

POTENCIAL DE INTERFERENCIA DE RADIO/TELEVISIÓN
(para Canadá solamente)

Este aparato digital no excede los límites de Clase B para las emisiones de ruido de radio de los dispositivos digitales tal como se establecen en la norma con respecto a equipos que causan interferencia denominada “Dispositivos digitales”, ICES-003 del Departamento Canadiense de Comunicaciones.

Cet appareil numérique respecte les limites de bruits radioeléctriques applicables aux appareils numériques de Clase B prescrites dans la norme sur le materiel brouilleur: “Appareils Numériques”, ICES-003 édictée par le minister des communications.

Los cambios o las modificaciones que no estén expresamente aprobados por la parte responsable encargada del cumplimiento pueden anular la autoridad del usuario para operar el equipo.

GARANTÍA

Garantías limitadas

El monitor de composición corporal HBF-500INT CON balanza, salvo las pilas, está garantizado como libre de defectos en materiales y mano de obra que se presenten dentro del año a partir de la fecha de compra, si se lo usa de acuerdo con las instrucciones que se suministran con la unidad. Las garantías a las que se hace referencia anteriormente se extienden sólo al comprador minorista original.

Según la opción de la empresa, se reparará o cambiará sin cargo alguno el monitor que esté cubierto por las garantías a las que se hace referencia anteriormente. La reparación o el reemplazo es la única responsabilidad de nuestra empresa y su único recurso conforme a las garantías a las que se hace referencia anteriormente. Para recibir el servicio de garantía, póngase en contacto con el servicio de atención al cliente de Omron Healthcare llamando al **1-800-634-4350** para obtener la dirección donde se realizan las reparaciones y las tarifas de envío y manipulación. La información con respecto al servicio de garantía está disponible en nuestro sitio Web en www.omronhealthcare.com.

Adjunte un comprobante de compra. Incluya una carta con su nombre, dirección, número de teléfono y la descripción del problema específico. Empaque el producto cuidadosamente para evitar que se dañe durante el traslado. Dado que existe la posibilidad de pérdida durante el traslado, le recomendamos que asegure el producto con solicitud de acuse de recibo.

TODAS LAS GARANTÍAS IMPLÍCITAS, INCLUYENDO ENTRE OTRAS LAS GARANTÍAS IMPLÍCITAS DE COMERCIALIZACIÓN Y APTITUD PARA UN PROPÓSITO EN PARTICULAR, SE LIMITAN A LA DURACIÓN DE LA GARANTÍA POR ESCRITO PERTINENTE QUE APARECE ANTERIORMENTE. Algunos estados no aceptan limitaciones en cuanto a la duración de una garantía implícita, de modo que es posible que la limitación anterior no se aplique en su caso.

OMRON NO SERÁ RESPONSABLE DE LA PÉRDIDA DE USO O CUALQUIER OTRO COSTO, GASTO O DAÑO INCIDENTAL O INDIRECTO. Algunos estados no aceptan la exclusión o limitación de los daños incidentales o indirectos, de modo que es posible que las exclusiones anteriores no se apliquen en su caso. Esta garantía le otorga derechos legales específicos y es posible que también tenga otros derechos que pueden variar de un estado a otro.

PARA OBTENER SERVICIO AL CLIENTE

Visite nuestro sitio Web en: www.omronhealthcare.com

Llame sin cargo al: 1-800-634-4350

ESPECIFICACIONES

Modelo	MONITOR de composición corporal con balanza de OMRON HBF-500INT	
Pantalla	**Peso:**	0 a 135 kg con incrementos de 0,1kg (0 a 300 libras con incrementos de 0,2 libras)
	Porcentaje de grasa corporal:	5,0 a 60,0% con incrementos de 0,1%
	Porcentaje de músculo esquelético:	5,0 a 50,0% con incrementos de 0,1%
	IMC:	7,0 a 90,0 con incrementos de 0,1
	Metabolismo en reposo:	385 a 5000 kcal con incrementos de 1 kcal
	Nivel de grasa visceral:	30 niveles con incrementos de 1 nivel
	*El rango de edad para la clasificación del porcentaje de músculo esquelético, metabolismo en reposo y nivel de grasa visceral es de 18 a 80 años de edad.	
	*El rango de edad para la clasificación del porcentaje de grasa corporal es de 20 a 79 años de edad.	
	Clasificación del IMC: - (Peso insuficiente) / 0 (Normal) / + (Sobrepeso) ++ (Obeso) con 12 niveles de visualización de barras	
	Clasificación del porcentaje de grasa corporal: - (Bajo) / 0 (Normal) / + (Alto) ++ (Muy alto) con 12 niveles de visualización de barras	
	Clasificación de la grasa visceral: 0 (Normal) / + (Alto)	
	Memoria:	1 día / 7 días / 30 días / 90 días
Límites establecidos	**Altura:**	100,0 a 199,5 cm (3' 4" a 6' 6 3/4")
	Edad:	10 a 80 años
	Sexo:	Masculino / Femenino
Suministro eléctrico:	4 pilas "AA"	
Vida útil de las pilas:	Aproximadamente 1 año (si se usa cuatro veces por día)	
Temperatura de funcionamiento /Humedad	+10˚C a +40˚C, 30 a 85% HR	
Temperatura de almacenamiento /Humedad/Presión de aire	-20˚C a +60˚C, 10 a 95% HR, 700 - 1060 hPa	
Dimensiones externas mm (profundidad)	Unidad de pantalla: Aproximadamente 300 (ancho) x 35 (alto) x 155	
(profundidad)	Unidad principal: Aproximadamente 300 (ancho) x 57 (alto) x 325 mm	
Peso	Aproximadamente 2,2kg (incluyendo las pilas)	
Contenido:	Unidad principal, 4 pilas AA, Manual de instrucciones, Hoja de gráficos	
Código UPC	0 73796 26500 7	

NOTA: Estas especificaciones están sujetas a cambio sin previo aviso.

NOTAS

Distribuido por:
OMRON HEALTHCARE, INC.
1200 Lakeside Drive
Bannockburn, Illinois 60015
www.omronhealthcare.com

Hecho en China
© 2006 Omron Healthcare, Inc.
HBF-500INTINST Rev

9054908-6A